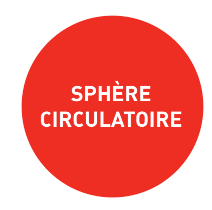




HUILE ESSENTIELLE **DE LAVANDE VRAIE**

Odeur fraîche, aromatique et herbacée, aux notes de miel

- *Lavendula angustifolia L.*
- Famille des Lamiacées
- Partie utilisée : sommités fleuries

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

- Respecter les doses journalières recommandées et les modes d'utilisation
- Déconseillée chez les enfants (< 12 ans), femmes enceintes et allaitantes

MODE D'EMPLOI

Usage externe :

- 3 gouttes en application locale en cas de problème cutané, ou sur un coton à placer dans les armoires pour éloigner les mites et sur l'oreiller pour faciliter le sommeil
- En prévention contre les poux, appliquer 2 gouttes derrière le lobe de l'oreille
- Contre les crampes, douleurs musculaires et problèmes circulatoires, masser les zones douloureuses (4 gouttes en mélange avec une cuillère d'huile végétale)

Usage interne :

- 2 gouttes, 3 fois par jour dans du miel, sur un sucre ou dans une tisane

INDICATIONS

Usage externe :

- **Plaies** de toutes natures : simples, atones (ulcères de jambe), infectées, gangréneuses, syphilitiques, chancres, fistules anales.
- Eczema chronique périnéal, péri-anal
- Leucorrhées
- **Brûlures**
- Affections pulmonaires
- Acné, couperose
- Piqures d'insectes, morsures d'animaux et de vipères (traitement d'appoint)
- Pédiculose, gale, pelade

Usage interne :

- Irritabilité, spasme, insomnies
- Fièvres éruptives, **maladies infectieuses**
- Mélancolie, neurasthénie
- **Affections des voies respiratoires : asthme, toux quinteuses** (coqueluche), grippe, bronchite, tuberculose
- **Oliguries**
- Rhumastismes
- Atonie gastrique (digestions lentes) et intestinales (météorisme)
- **Migraines, vertiges,** hystérie, **séquelles de paralysie**
- Diarhées
- Cystites
- Parasites intestinaux
- Régles insuffisantes
- **Leucorrhées**
- Hypertension



SYNERGIES

Associez avec l'huile essentielle de verveine
pour apaisement du système nerveux

BIBLIOGRAPHIE

- Teuscher E., Anton R., Lobstein A.
  Plantes aromatiques. Épices, aromates, condiments et huiles essentielles.
  Éditions Tec & Doc 2005.
- Roumier A.
  L'aromathérapie à l'officine : utilisation en dermatologie et cosmétologie.
  Thèse d'état de Docteur en Pharmacie. Mai 2011.
- Bruneton J.
  Pharmacognosie : Phytochimie, Plantes médicinales, Techniques et Documentation.
  3e édition, 1999.
- Delon M.
  La toxicité des huiles essentielles des limites pour l'aromathérapie.
  Thèse d'état de Docteur en Pharmacie.
  Janvier 2011.